

# 健診・保健指導の研修ガイドライン (確定版)について

# 1. はじめに

—健診・保健指導の研修ガイドライン(確定版)の位置づけ—

## 背景

- 医療制度改革において、平成20年度から糖尿病等の生活習慣病に関する健康診査(特定健診)及び特定健診の結果により健康の保持に努める必要がある者に対する保健指導(特定保健指導)を医療保険者が実施することとなる。
- 「医療制度改革大綱」における政策目標は、平成27年度には平成20年度と比較して糖尿病等の生活習慣病有病者・予備軍を25%減少させることとしており、中長期的な医療費の伸びの適正化を図ることとされた。

この目標を達成するためには？



- 健診後の保健指導を確実に、効果的に実施する必要性
- 医療保険者が健診・保健指導事業を適切に企画、評価
- 標準的な健診・保健指導プログラムを踏まえた保健指導を保健師・管理栄養士等が的確に実施すること

**健診・保健指導事業に従事する者の資質の向上を図り、生活習慣病対策全体を効果的に推進することが必要**

健診・保健指導の研修ガイドライン(確定版)



メタボリックシンドロームに着目した健診・保健指導担当者の  
資質向上推進事業実施要領について(案)

# メタボリックシンドロームに着目した健診・保健指導担当者の 資質向上推進事業実施要領について(案)

## 1. 目的

「標準的な健診・保健指導プログラム」に基づく健診・保健指導の担い手である医師、保健師、管理栄養士等の健診・保健指導担当者が受けるべき研修ガイドラインの策定、研修情報の医療保険者への提供等により、資質の高い健診・保健指導担当者を確保することを目的とする。

## 2. 事業の内容

- (1) 健診・保健指導の研修ガイドラインの策定
- (2) 都道府県等における研修担当者に対する研修の実施
- (3) 研修ガイドラインに基づいた研修情報の提供

第〇〇〇号

## 修了証(案)

氏名  
生年月日

平成 年度厚生労働省研修ガイドラインに  
基づく認定の特定健診・特定保健指導に関する  
〇〇〇〇〇研修会において、所定の課程を修了  
したことを証する。

研修種類:

平成 年 月 日

主催者 印

A4サイズ 縦  
(210mm×300mm)

## **2. 人材育成の基本的事項と研修体系の整理**

# 具体的スケジュールについて

## 都道府県健康増進計画について (プラン)

【国】

○保健医療科学院における計画策定担当者の養成研修の実施

○国民健康・栄養調査の実施

○都道府県健康増進計画改定ガイドライン(確定版)の策定(参酌標準等の提示)

【都道府県】

○いくつかの都道府県での先行準備事業の実施

○都道府県健康・栄養調査等の実施

○地域・職域連携推進協議会の設置

各都道府県での  
計画改定の支援

すべての都道府県での健康増進計画の改定作業(少なくとも医療費適正化計画に関連する部分は必須)

○新しい健康増進計画の施行  
○医療費適正化計画の施行

## 健診・保健指導について (プログラム)

標準的な健診・保健指導プログラム(暫定版)の策定(委託基準を含む)

いくつかの都道府県での先行準備事業において実施、評価

特定健康診査等実施計画に関する基本指針案の提示

○標準的な健診・保健指導プログラム(確定版)の策定(委託基準を含む)

○医療保険者において準備(特定健康診査等実施計画の策定を通じた体制整備)

医療保険者において実施

## 人材育成について (マンパワー)

【国】

都道府県、医療保険者、関係団体に対する

リーダー育成研修

【医療保険者、関係団体】  
各支部等に対する研修

【保健医療科学院】  
都道府県、医療保険者、関係団体に対する

リーダー育成研修

【医療保険者、関係団体】  
各支部等に対する研修

【保健医療科学院】  
都道府県、医療保険者、関係団体に対する

リーダー育成研修

【医療保険者、関係団体】各支部等に対する研修



【都道府県】  
【医療保険者】  
【関係団体】

市町村(国保・衛生部門)、民間事業者、医療保険者、関係団体の保健師、管理栄養士等に対する実践者育成研修

準備が整い次第、各地・各機関で実施



平成18年度

平成19年度

平成20年度

# 人材育成のための研修体系

	実施機関	対象者	内容	時期
国（中央）レベル	<b>国</b> 厚生労働省  医療保険者 国民健康保険中央会、健康保険組合連合会、 社会保険庁、共済組合  関係団体 日本医師会、日本看護協会、日本栄養士会、 全国保健センター連合会、 全国市町村保健活動協議会、全国保健師長会 社会保険健康事業財団、(財)結核予防会 (財)予防医学事業中央会、人間ドック学会 日本総合健診医学会、健康・体力づくり事業財団	<b>&lt;リーダー育成&gt;</b> ◆都道府県および保健所設置市、特別区 人材育成担当者、衛生部門の保健師・管理栄養士、 国保部門の保健師・管理栄養士 ◆医療保険者 国民健康保険中央会、健康保険組合連合会、社会保険庁 共済組合 ◆医療保険者の事業企画担当者 国民健康保険連合会、健康保険組合連合会支部 地方社会保険事務局 ◆関係団体 日本医師会、日本看護協会、日本栄養士会、 健康・体力づくり事業財団、全国保健センター連合会、 全国市町村保健活動協議会、全国保健師長会、 社会保険健康事業財団、(財)結核予防会 (財)予防医学事業中央会、日本人間ドック学会 日本総合健診医学会	研修の企画 事業企画・評価 保健指導 知識・技術  研修の企画 保健指導 知識・技術	年度 第1・四半期  19年度から保健医 療科学院において、 実施
	医療保険者 国民健康保険中央会、健康保険組合連合会、 社会保険庁、共済組合  関係団体 日本医師会、日本看護協会、日本栄養士会、 全国保健センター連合会、 全国市町村保健活動協議会、全国保健師長会 社会保険健康事業財団、(財)結核予防会 (財)予防医学事業中央会、人間ドック学会 日本総合健診医学会、健康・体力づくり事業財団	<b>医療保険者</b> ◆都道府県国民健康保険団体連合会 ◆健康保険組合会都道府県連合会 ◆地方社会保険事務局 ◆共済組合支部  <b>関係団体</b> ◆各都道府県支部 ◆運動指導者	事業企画・評価 保健指導 知識・技術  保健指導 知識・技術	年度 第2・四半期
都道府県（地方）レベル	都道府県 医療保険者 (保険者協議会)  関係団体 日本医師会、日本看護協会 日本栄養士会、全国保健センター連合会 全国市町村保健活動協議会、 全国保健師長会、社会保険健康事業財団 (財)結核予防会、 (財)予防医学事業中央会 日本人間ドック学会 日本総合健診医学会	<b>&lt;実践者育成&gt;</b> ◆市町村(国保・衛生部門) 〔医師保健師 管理栄養士 等〕  ◆民間事業者  ◆医療保険者 〔保健師 管理栄養士 等〕  ◆保健師 ◆管理栄養士	事業企画・評価 保健指導 知識・技術  保健指導 知識・技術  事業企画・評価 保健指導 知識・技術  保健指導 知識・技術	年度第2・四半期 以降

# 人材育成体制の整備

## 人材育成体制の整備→国、都道府県、市町村、医療保険者、 医療関係団体等が役割分担の上で研修を実施

### ○基本的考え方

・国、都道府県、市町村、医療保険者、医療関係団体等は、健診・保健指導事業の企画立案・実施・評価の業務を行う者に対し、最新の科学的知見に基づいた効果的な保健指導の知識・技術を修得するための研修や、具体的な保健指導の事例の情報提供など人材育成の機会を提供する必要がある。

### ○国の役割

・健診・保健指導に関する人材育成の体系や研修に関するガイドラインを作成し、都道府県等に示すとともに、都道府県等が研修を行う際に使用することができる学習教材等を作成・提供する。  
・国立保健医療科学院において都道府県の指導者（健診・保健指導に関する研修を企画立案する者）等に対する研修を行う。

### ○都道府県の役割

・健診・保健指導事業の企画立案・実施・評価の業務を行う者を対象に、研修を実施する。  
・地域の医療関係団体、教育機関等の協力を得て、研修を行う講師等を確保するとともに、研修を行う団体間の調整を行う。

### ○市町村の役割

・医療保険部門と衛生部門のジョブローテーションにより、健診・保健指導とポピュレーションアプローチとの効果的な組み合わせを企画立案できる人材の育成や、都道府県等が実施する研修の講師とする等の協力をを行う。  
・健康づくりを推進するボランティア育成のための研修を実施する。

### ○医療保険者の役割

・医療保険者自らが研修を行うことに加え、都道府県、医療関係団体等が実施する研修を受けさせる必要がある。

### ○医療関係団体の役割

・日本医師会、日本看護協会、日本栄養士会等の医療関係団体及び当該団体の都道府県支部は、保健指導を実施する者の資質の向上を図るため、積極的に研修会を行う（日本医師会認定健康スポーツ医、保健師、管理栄養士等）。

### 3. 研修において習得すべき能力

# 保健指導実施者が有すべき資質

## 健診・保健指導事業の企画・立案・評価能力

医療保険者は、国が策定する特定健康診査等基本指針に即し、特定健康診査等実施計画を策定する。その際、医師、保健師、管理栄養士等は、その企画・立案に積極的に参画する。

- 医療関連データ等を分析し(医療費データ(レセプト等)と健診データの突合分析等)、対象集団の健康課題を見出した上で、優先課題を選定できる。
- 選定された優先課題から目標設定ができ、事業計画が立てられる。またハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチの相乗効果をねらった事業計画を考えることができる。
- 健診・保健指導に関する社会資源を活用した実施体制が構築できる。また地域に必要な社会資源の開発ができる。
- 評価指標となるデータの分析から、事業等の効果を評価でき、評価結果を次年度の企画・立案につなげることができる。
- 健診・保健指導を委託する場合には、費用対効果が高く、結果の出せる事業者を選択し、医療保険者として健診・保健指導の継続的な質の管理ができるよう、適切なモニタリングや評価ができる。
- 保健指導の質を確保するための研修企画、人材育成ができる。

## 行動変容につながる保健指導能力

医療保険者自らまたはアウトソーシング先において実際の保健指導に携わる医師、保健師、管理栄養士等は、対象者に健診結果と生活習慣の関連をわかりやすく説明し、確実に行動変容につながる保健指導を行う。

- 内臓脂肪症候群・検査データ・生活習慣との関連及び糖尿病等の予防に関連する最新の知見を十分に理解した上で、対象者に健診結果を読み解き、それが意味する身体変化、またその生活習慣との関連をわかりやすく説明できる。
- 健診結果や質問項目等で得た情報(ライフスタイル、健康観など)から対象者のアセスメントができる。
- 対象者の健康観を尊重しつつ、前向きな自己決定を促すため、健診結果と自分の生活習慣を結びつけて考えることができるような説明を行った上で、どこをどのように改善すればよいのか具体的な方策を対象者と共に考え、行動変容につながる支援ができる。
- 対象者への保健指導レベルごとに生活習慣の改善状況の分析・評価を行い、その結果からさらに効果的な保健指導方法を創意工夫できる。
- 科学的根拠に基づいた適切な学習教材の開発ができ、対象者の理解度に合わせて適切に使い分けることができる。

# リーダー育成プログラムの例

学習内容		時間
1. 健診・保健指導の事例		45分 (1単位)
2. 特定健診の基本的な考え方(概論) 特定保健指導の基本的な考え方(概論)		135分 (3単位)
事務職向け	技術職向け	
3. 特定健診・特定保健指導の事務 手続きについて	4. 特定健診・特定保健指導の実際 (1) 食生活指導のポイント (2) 運動・身体活動指導のポ イント (3) たばこ・アルコール指導の ポイント	90分 (2単位)
5. シンポジウム「効果的な健診・保健指導のすすめ方」 ・地域保健からの事例 ・職域保健からの事例 ・健診・保健指導機関からの事例		135分 (3単位)
6. ポピュレーションアプローチのすすめ方		45分 (1単位)
7. 特定健診・特定保健指導の企画・立案・評価とデータ分析		90分 (2単位)
8. 特定健診・特定保健指導事業の実施体制		45分 (1単位)
9. 特定健康診査等実施計画と後期高齢者支援金の加算・減算		45分 (1単位)
10. 特定健診・特定保健指導の研修企画・評価 (1) 研修ガイドラインについて (2) 実際のすすめ方 ・健診・保健指導の研修に関する事例報告 ・健診・保健指導の研修の企画・評価に関する演習の説明 (3) 演習 1) 研修対象者の設定 2) 研修の目的・目標の設定 3) 研修内容の設定 4) 研修方法の設定 5) 研修に係わる講師の設定 6) 研修の評価の設定 (4) 演習発表		315分 (7単位)
11. 質疑応答		45分 (1単位)
計		990分 (22単位)

※医療保険者及び関係団体がリーダー育成研修を企画・実施する場合の担当者は、国立保健医療科学院の「健診・保健指導に関する企画・運営・技術研修プログラム」を修了した者とする。

# 実践者育成研修プログラムの例

分野	学習内容	時間	教育方法
1. 基礎編	1) 健診・保健指導の理念	135分 (3単位)	・講義 ・演習 ・通信及びレポート
	2) 保健指導対象者の選定と階層化		
	3) 保健指導（概論） 保健指導の基本的事項（「情報提供」、「動機づけ支援」、「積極的支援」の概要）		
	4) 保健指導（各論） 保健指導の特徴（身体活動・運動、食生活、たばこ、アルコール）		
	5) ポピュレーションアプローチとの連動		
2. 計画・評価編	1) 健診・保健指導事業の計画策定（演習による各種データ分析を含む）	360分 (8単位)	・講義 ・演習
	2) 健診・保健指導事業の評価（演習を含む）		
	3) アウトソーシングの進め方		
3. 技術編	1) メタボリックシンドロームの概念 健診結果と身体変化・生活習慣の関連	135分 (3単位)	・講義 ・演習
	2) 行動変容に関する理論		
	3) 生活習慣改善につなげるためのアセスメント・行動計画		
	4) 「情報提供」、「動機づけ支援」、「積極的支援」の内容		
	5) 生活習慣病予防に関する保健指導 ・身体活動・運動に関する保健指導 ・食生活に関する保健指導 ・たばこ・アルコールに関する保健指導 ・歯の健康に関する保健指導	135分 (3単位)	・講義 ・演習
	6) 1)～5)を踏まえた保健指導の展開（演習）	90分 (2単位)	・講義 ・演習
	7) 保健指導の評価	45分 (1単位)	・講義 ・演習
合 計		900分 (20単位)	

- この研修プログラムの例は、2日間又は3日間の研修期間を想定したものである。
- 健診・保健指導事業の企画を担当する者は、基礎編と計画・評価編の分野の研修内容とする。
- 保健指導の実践者は、基礎編と技術編の分野の研修内容とする。
- 健診・保健指導の企画及び実践を行う者は、基礎編、計画・評価編、技術編の全ての分野の研修内容とする。

## 4. 研修の評価

## ○ 研修プログラムの組み方、期間、講師の選定、教育方法などの研修そのものに対する評価

(1) 評価の時期

(2) 評価方法      ① 受講者による評価    ② 主催者による評価

## ○ 研修受講者の実践能力の向上に関する評価

(1) 評価の時期

(2) 評価方法

\* 研修の評価については、保健指導技術高度化支援事業(都道府県向けの国庫補助金)を活用して実施することが望ましい。

## 保健指導技術高度化支援事業実施要綱

- 実施主体 : 都道府県
- 事業内容 : 各都道府県は、保健指導技術の向上の取り組むため、関係機関、関係団体等をもって構成する協議組織(保健指導研修等評価委員会)を設置し、次に掲げる事業を実施するものとする。
  - (1) 保健活動等実態調査
  - (2) 研修事業の企画・立案
  - (3) 研修事業の評価・検証

5. おわりに ーリーダーの皆さんに期待することー